

CESTY A CÍLE

ROČNÍK IX.

ÚNOR 1931

ČÍSLO 2.

Tělo a duše.

Duchem denně
nad tělem svým
víc a více vítším.

Člověk není jen tělo, ale i duše. Propast mezi tělem a duchem není bezedná ani nepřeklenutá. S jedné na druhou stranu se dostáváme můstky smyslů, které prostředkují vzájemné spojení. Dějiny těla jsou právě tak staré jako dějiny duše, neboť počátek obou je v Bohu.

Zdůrazňováním nebo potlačováním jednoho na úkor druhého se porušuje božská harmonie. Ovládání těla není jeho potlačováním, nýbrž udržováním v mezích harmonie. Vůdcovství ducha a podřízenost těla jeho vedení nejsou k sobě v poměru otroka k pánovi. Jsou výrazem vzájemné spolupráce, rozlišené svými funkcemi a sjednocené svým cílem.

Všechny nesrovnalosti, s kterými se v životě setkáváme, jsou z nepochopení vzájemného poměru těla a duše. Bída, nemoce, zločinnost a tisíc jiných zel, dotýkajících se jednotlivce právě tak jako celku, mluví o mráкотách a zápasech vyššího vědomí v člověku s jeho nevědomím. Úsilí o lepší zdraví člověka a společnosti, o převýchovu charakteru, o zvýšení mravní úrovně lidí, zápas o zdokonalení života a zlepšení sociálního řádu, spravedlivého pro všechny, to vše jsou známky růstu k dokonalosti.

Je to svědectví činného Boha v nás, který skrze nás pracuje k svému sebevyjádření. Naše duše je částí jeho duše, naše tělo je součástí jeho těla. Život v Bohu je život žitý s vědomím jeho posvátnosti v úsilí o dosažení nejvyšší možné dokonalosti těla i ducha, v tvůrčím zápase o vyjádření božského v nás. —ž—

Neznámé ostrůvky v duši.

(Zpracováno podle poznámek z přednášky proslovené 8. května 1927
na Slovanském ostrově v Praze).

Cesta k vnitřnímu vyrovnání a štěstí je cestou vědomého, tvůrčího života, jak jej pěstujeme ve Svobodném bratrství. Většina lidí nezná však této cesty. Jejich život je ovládán vlivy, nad nimiž nemají moc. Jejich jednání je odvislé od podnětů jim neznámých. Dokonce i jejich smutky a radosti, trápení a nemoce jsou určovány činiteli, o nichž sami nemají tušení.

Za války, když v Paříži zaslechli první rány německých bombardovacích děl, nastala v městě panika. Když se však Francouzi vzpamatovali z prvního leknutí, u vědomí hrozícího jim nebezpečí nasadili všechny síly k obraně. Znali svého nepřítele.

Horší je, když nepřítel je skrytý, neznámý a překvapí napadeného nečekaně. V duševním životě často se setkáváme s nepřítelem, který nás ohromí svým výpadem, protože jsme neměli ani zdání o tom, že cosi v nás strojí se proti nám. Jsou to neznámé ostrůvky v duši, spiklenecká hnízda nezdravých myšlenek, dojmů a zážitků, ukrytých v našem podvědomí.

Stane se, že to, co se dosud skrývalo v podvědomí, dostane se do vědomí, často ve změněné podobě, a způsobuje v člověku rozvrat jeho osobnosti. Postižení zpravidla nechápou, že je to důsledek jistého vnitřního procesu, ale pokládají to za zasažení neodvratného osudu.

Jak povstávají takové neznámé ostrůvky v duši? Mohou povstati ze zkušeností, z dojmů, z představ spojených s jistým pocitem bázně nebo hněvu a mívají své počátky v zážitcích z útlého mládí, kolem nichž jako počátečního jádra se tvoří další usazeniny.

Je známo, že při některých nemocech utvoří se jakési hnízdo nemoci v některých orgánech, v plicích, v játrech nebo v ledvinách, a že odtud může se šířit otrava a ovlivnit a porušit normální funkce celého těla. Podobně je tomu i v ohledu duševním. Vytvoří se duševní komplex, založený na jistých nepříjemných zkušenostech a začne ovlivňovati všechny duševní funkce: úsudek, citění i jednání. Zabarvuje každý výhled člověka, způsobuje, že se trápí, kde jiný by se netrápil, nebo že zanedbává, co mu přináší jisté škody, nebo něco udělá, čeho později lituje.

Uvedu jako příklad zkušenost jisté dívky. Byla rozenou matkou a jako žena byla úplně normální. Přece však odmítala všechny nabídky se strany mužů. Zůstala svobodnou a kdykoli se setkala s nějakým mužem, pociťovala bázeň a odpor, který se marně snažila překonat. Co bylo příčinou? Neznámý, ale bohužel pozdě objevený ostrůvek v duši.

Vývoj komplexu bylo možno u ní sledovati až do dětství, kdy jako osmileté děvčátko mívala časté konflikty se svým starším bratříčkem, který se posmíval její panence. Haněl ji, jednou jí i nos urízl a využil každé příležitosti, aby jí učinil co nejhoršího mohl. To byl počátek. Později jevil k ní jeden hoch náklonnost. Řekla si: všichni hoši nejsou přece zlí. Stalo se však, že hoch ve své vášni, chtěl se dopustit jistého násilí. To vyvolalo v ní podvědomě nepříjemné zážitky s chováním jejího bratříčka vůči panence a posílilo v ní odpor k hochovi. Rozešli se. Od té doby, nic jí tak neutkvělo na mysli, jako když slyšela o nějaké hrubosti mužů. Přes to, že ve své nejvlastnější přirozenosti po muži toužila, byl jí každý muž odporným. Sama nedovedla si své jednání vůči mužům nijak vysvětlit.

Takové ostrůvky je nutno objevit, přeorat, přeorganisovat, a spojit je s pevninou vědomí. Musíme se naučit přiváděti každý pocit před soud rozumu. Sledovati jeho vývoj a objeviti původ. Nejlépe se nám to podaří v relaxaci, kdy jsme uvolněni, zbaveni všeho napětí. Vzpomínkou vybavujeme si zapadlé a zapomenuté dojmy, které zpravidla jsou nejdůležitějšími činiteli v tvoření duševních komplexů. Také sny mohou nám pomoci v objasnění příčin nejrůznějších duševních stavů.

Léčení duševních komplexů je věcí mentální hygieny, a je celá řada různých metod. I těžké duševní stavy dají se vyléčiti cestou duševního léčení, jehož prvním úkolem je objeviti takový skrytý komplex a vynaléztí jeho příčinu. Nejčastěji bývá příčinou něco zdánlivě malicherného, co se obyčejně přechází, tím spíše, že jde o zážitky z dětství.

Člověk mívá mnoho podobného se slonem v new-yorském Central Parku, který je přivázán ke kůlu, od něhož nemůže jíti dále než nakolik stačí lano, kterým je přivázán. I člověk bývá připoután svými myšlenkami na příklad k bolesti. Jindy je připoután k starostem nebo hněvu a jindy opět ke strachu. Cítí se nesvobodným a trpí.

Ostrůvky v duši mohou vzniknouti nejen z vlastních zážitků, ale i sugestivně v pověrečné mysli. Víra v průvan, v nešťastné dny a čísla, v různá neblahá znamení způsobovaná zvířaty mohou býti právě tak příčinou chorobných stavů jako jiné pověrečné představy.

Jak může špatná pověrečná sugesce připravit člověka o štěstí, o tom svědčí případ jisté paní, povoláním obchodnice, která ač měla všechny podmínky, které činívají lidi šťastnými, přece se cítila velmi nešťastnou. Stala se nervosní, chtěla se vzdát obchodu, měla myšlenku opustiti manžela a uchýlit se do kláštera. Co bylo příčinou jejího zoufalého stavu?

Při duševním léčení se ukázalo, že jako studentka byla vážně zamilována. Kdosi jí našeptal, že její snoubenec jí není věrný. Žádala od něho rázně vysvětlení. Hoch cítil se dotčen a jeho sebevědomí mu nedovolilo, aby vůbec odpověděl na její otázku, ačkoliv byl nevinný. V rozčilení, pokládajíc jeho mlčení za přiznání, hodila mu snubní prstýnek pod nohy.

Po letech se on oženil a po nějakém čase i zemřel. Také ona se provdala a zdálo se, z počátku, že šťastně. Ale vzpomínka na svou první lásku kalila její štěstí. Ještě tenkrát, když už měla vyrostlého syna, chodila k hrobu svého prvního milence a říkala, že je tam pohřbeno její srdce. Pak na ni dolehly těžkosti. Muž ji opustil a o syna se musela sama starat. Později se provdala po druhé, velmi šťastně, ale i tehdy stále v ní strašil komplex, který se vytvořil v její mysli kolem sugesce, že člověk se může jen jednou zamilovat, a že jen ta první láska je pravá, že člověk potom už nikdy nemůže býti šťasten. K této neblahé sugesci přistoupila i nerozumná náboženská výchova.

Je to jeden z mnoha případů vytvoření škodlivého komplexu v podobě neznámých ostrůvků v duši. V tomto případě se všechno napravilo, ona dáma byla vyléčena z jejích nezdravých myšlenek, ale kolik je případů nevléčených, kde lidé žijí v těžkých depresích, neúspěšně, bezradostně, utrápeně a ustrašeně, jako lidé prchlí, popudliví a slabí, aniž by si rozuměli a znali příčiny svého jednání. A přece mohli by žít krásně a silně, kdyby našli sebe a postavili se na svá božská práva.

Bylo zdůrazněno, že je potřebí neznámé ostrůvky v duši objevit a spojit je s vědomím, ale to není ještě vše. Člověk musí učinit ještě další krůček, aby jeho dílo bylo dokonalým. Nepostačí

spojit ty ostrůvky s denním pozemským vědomím. K plnému štěstí je potřeba, abychom je spojili s vyšším vědomím kosmickým. Proč? V odpovědi je lék proti dnešní kocovině veřejného i soukromého života.

Čím je obzor člověka užší, tím více se zajímá o věci nicotnější. Vyrůst nad malost znamená odpoutat se od malicherností všedního dne, od osobních sporů a připnouti své myšlenky k hvězdám.

Malí lidé mají i malého Boha. Snad mají i modlu na domě. Člověk na vyšším stupni povznáší mysl k záhadám Vesmíru a sleduje souvislost všeho života a všech věků, roste výš. Člověk malý má chudé náboženství. Snad je zevně bohaté na pentličky a ceremonie, ale duchovně je chudé, protože duši nic nedává, jen uspávací prášky, opojný dým a pověry.

Člověk na stupni vědomě tvůrčího myšlení a života probírá se až k hlubinám božským u hranic svého vlastního vědomí, odkrývá nánosy špatných sugescí, dostává se ze zámočků starých komplexů a mocí své příbuznosti s Nejvyšším začíná pracovat na přebudování svého duševního života. Tam, kde rostly stromy plané, aby rostly stromy bohaté ovocem. Tam, kde jen roští smutků a trápení bylo v cestě, aby vykvetly vonné růže. A tam, kde člověk si sám sobě zacláněl a sám sobě byl v cestě a překážkou, aby se stal pionýrem nového a radostného života a mohl ukázat cestu i jiným.

Václav Rubeš:

Tragedie ztraceného Já.

Je krásné být obětavým. Pracovat nezištně a s láskou pro dobro druhých. Zasvětit život vznešenému ideálu. Ale při tom nesmíme zapomínat stát neustále na vlastních nohách. Jedině vytvořením pevného středu ve svém nitru pojistíme se proti nebezpečí možného ztroskotání.

Přes to chybujeme, že stavíme budovu svého štěstí obyčejně na písku místo na skále svého nitra. Stává se potom, že mocná vlna osudu smete náš palác do hlubin moře a běda nám, jestli jsme na to včas nebyli připraveni. Pak se divíme, že na světě je tolik nešťastných a zklamaných duší, potácejících se bez cíle s bolestí ve svém nitru. Kdo pochopí strašné zklamání matky, která žila jen pro svého syna, v němž sama sebe takřka ztrácela, jehož dechem

CESTY A CÍLE

žila, jenž byl jí vším — a nyní on přijde o život. Kdo vycítí její nezměrnou bolest, kdo si dovede představit, jaké prázdno nastalo potom v jejím životě? Co si má nyní počítí, když v synovi ztratila všechno, čím žila?

Bydlil jsem kdysi u staré vdovy. Jak mě jí často bylo líto! Sama, opuštěná, byla živa jen z toho, co dostala od svých dvou podnájemníků. Celý den seděla v tmavé kuchyňce u kamen a vzpomínala na svého mrtvého muže. Vlekla se s životem jako s přítěží a často jsem slyšel povzdech z jejích úst: „Kéž bych už raději zemřela!“ Od smrti svého muže žila více ve vzpomínkách a návrat do přítomného života byl jí vždy trpký. Nikdy nic jiného si nevytvořila, co by poutalo její zájem, žádný jiný ideál, vždy žila jen pro svého muže — a nyní neměla proč žít. Není správný poměr mezi manžely, kteří jsou v lásce tak úzce spolu spjati, že nedovede jeden bez druhého žít, třeba se takové manželství pokládá za nejkrásnější. Každý z nich má mít ještě své zájmy, jiné možnosti svého projevu, z kterých bude moci čerpat sílu k životu i když se octne úplně sám.

Je vždy nebezpečné, ztotožniti se úplně se svým ideálem, nedovedeme-li se v čas zklamání duševně vyrovnat a najít ideál nový. Představme si mladou dívku, zamilovanou do svého hochu. V duchu kreslí si plán šťastného a krásného manželství, plného květů a barev, sní o spokojené a útulné domácnosti a zatím hoch ji zklame. Nyní všechno, o čem snila, co si v myšlenkách vystavěla, naráz se jí shroutí a ona zanevře na všechno v přesvědčení, že už jiného štěstí pro ni není.

Osud někdy doléhá na nás těžkými ranami, ale je na nás, abychom neklesli a neztráceli naděje a vždy znovu odhodlali se žít, i kdyby se nám zdálo, že všechno je proti nám. Když ztratili jsme to, co jsme celou svou bytostí milovali, pak uvědomíme si, že jsme víc než všechna bolest, že je v nás síla, která nás může dovést k vítězství nad utrpením. Zeptati se sebe, mohu-li na daném faktu něco změnit. Pak nasadím všechny páky, abych to změnil dle své vůle. Vidím-li však, že je to mimo moji moc, snažím se více se tím netrápit a zařídím se podle toho. Není možné, aby se nás žádná rána nedotkla, to bychom nesměli mít v sobě špetku citu, ale nemusíme dopustit, abychom se shroutili a tak stali se neschopnými k dalšímu radostnému žití. To není sobectví: nevylučuje to lásku a obětavost do nejvyššího vypětí.

Své já ztrácíme nejen v druhém člověku, kterého máme rádi, mohou to být i nejruznější věci; bohatství, sláva, móda, domácnost, zaměstnání, a pod. Znam majitele obchodu obuví, který si tolik na svém obchodě zakládá a tak s ním dokonale srostl, že nedovede se vůbec mysliti bez něho. Obchod je mu neodlučitelnou součástí jeho bytosti. Celý svět se všemi krásami pro něho neexistuje. Setkám-li se s ním, mám vždy dojem, jako by říkal: Můj obchod — to jsem já! Kde je potom jeho osobnost? Tu je vidět malost takového člověka i při jeho velkém podniku. Člověk žijící tak jednostranně, je vždy ve velkém nebezpečí ztroskotání. Avšak my všichni jsme tak trochu náchylni dívati se neustále na sebe jako na obchodníka, advokáta, hospodyně, švadlenu, nebo hodináře, dle toho jaké je naše zaměstnání, místo jako na osobnost povýšenou nad všechny tyto činnosti. Naše povolání je jen projev jedné nebo snad i více našich schopností, ale nejsme to my. Neznamená to zanedbávají nebo dokonce opovrhovati svojí prací, naopak, máme hledět, aby každá práce, každý výrobek, vycházející z našich rukou byl dokonalý, tak abychom směle mohli říci, že jsme jeho tvůrci. I kus svého srdce a osobitosti je třeba vložit do své činnosti. Při tom abychom viděli sebe jako nevyčerpatelný zdroj nových projevů a možností.

V nás i kolem nás je plno možností k plnému a radostnému, stále se měnícímu životu. Buďme vděční za všechnu pestrost radostí i bolestí, nadějí i zklamání, ale hrozme se věčné blaženosti.

Škola a klinika.

Obdivujeme se budovám, které přetrvaly věky. Ptáme se přirozeně po příčinách a shledáme, že jednou z hlavních jsou dobré základy. Mosty, které hned tak žádná velká voda neboří, jsou takové, které spočívají na velmi dobrých základních pilířích. O člověku, který prochází ohněm překážek, úzkými uličkami, které páchnou lidskou hnilobou a bahnem a přece vyjde bez mravní úhony, říkáme, že měl dobrý základ. Při stavbách budov a strojů jsme velmi úzkostliví, aby základy byly dobré. Jen u člověka základy berou se snad na nejlehčí váhu. Do šesti let vyrůstá dítě obvykle beze všeho plánování, dá se mu najíst, většinou bez výběru, hraje si po zemi, v létě na ulici, má kamarády, o které se mnoho nestaráme a doma mluvíme před ním věci, na které jeho

rozum prý nestačí, kterým prý nerozumí. Před ním nadáváme, pomlouváme jiné, lžeme, hádáme se, hněváme, rozčilujeme a spoustu jiných zlozvyků tropíme v domnění, že to nemá s dítětem co dělat. Od šesti let je pošleme do školy, aby se s ním učitel trápil, a jestliže se učí čtení a psaní, a přinese-li jedničky domů, jsme spokojeni. Takový je základ u většiny našich dětí. V jakém jsme ohromném omylu. Nevíme, že právě na těch prvních šesti letech nejvíce záleží. Prof. Adler říká, že po šestém roce ve škole a v celém dalším životě, vlastně jen aranžujeme, přerazujeme to, co bylo vytvořeno v době předškolní.

Divíme se potom, že nás syn nebo dcera zklamali, nemůžeme si vysvětliti ohromné číslo našich duševně chorých, nervosních lidí, nešťastných manželství. Základ k většině těchto chorob naší doby byl dán v útlém dětství. V některých pokrokových zemích začínají si tohoto poznání více všimati a hledí zachraňovati alespoň to, co se zachránit dá. Tak mají při každé pokrokovější škole v Californii, tak zvané Mental hygiene clinics, kde problematické děti jsou zkoumány podle nejnovějších metod psychologických a spolu s rodiči a učiteli zavádí se reorganisace jejich duševního života. V dřívějších dobách takové dítě nechalo se prostě být, nebo se mu nanejvýše vyčinilo. Dnes je moudří učitelé předají do rukou odborníka, který dítě zachraňuje od zhouby.

Tak přijde do takové kliniky ustaraná matka a ztěžuje si, že její dvanáctiletá dceruška, která byla výjimečně poslušnou, začíná být k nevydržení. Je trucovitá, odmlouvá, učit se nechce, všechno jako by dělala naschvál. Rodiče nevědí si rady. Měli pro ni pěkné plány dáti jí vysokoškolské vzdělání, a hle, ona sotva prochází obecnou, ač je tak nadanou. Dítě je vlídně přijato do kliniky, která vypadá jako pěkný obývací pokoj, vyšetřující lékař začne si s dítětem hrát a za chvíli jsou kamarády. Přesným rozebíráním se pozná, že až do nedávna byla holčička jedináčkem. Před půl rokem narodil se jí bratříček a jak podivné — tento bratříček je příčinou jejího stavu. Jak? Až do příchodu tohoto nového člena rodiny ona byla středem veškeré pozornosti, podvědomě si v tom náramně libovala a prospívala. Ale přišel někdo jiný, kdo převzal její místo. Všechna pozornost soustřeďovala se kolem prvního syna. Vznikala podvědomá žárlivost, děvčátko chtělo si vynutiti pozornost každým způsobem. Nešlo-li to normálně, stala se vzdorovitou, neučila se a tak se o ní doma mluvilo, byla zase

středem pozornosti a tím její podvědomí uspokojeno. Zajímavé, vědomě děvčátko o této souvislosti ani netušilo. Rozdělili si potom její rodiče svoji rodičovskou lásku stejnoměrně pro obě děti, a děvčátko bylo zase jako dříve.

Učitel vidí ve své třídě, že sedmiletý Willy, jeden z nejlepších žáků, je najednou zamlklý, jeho mysl je pryč, neodpovídá na otázky, jen se dívá někam v neznámo a stává se abnormálním. Nemůže z něho dostat slova, rodiče jsou celí zoufalí, co se děje. Přivedou jej do školní kliniky a po několikerém sezení se přijde na to, že Willy na cestě domů byl chycen neznámým zvrhlým člověkem a znásilněn. Hoch vědomě zapomněl celou příhodu, následkem ohromného strachu. Nyní jeho podvědomí vedlo jej od vědomého stavu proto, aby docela zapomněl nepříjemnou událost. Jakmile se mu vše vysvětlilo, a pomohlo srovnati v jeho něžné dušičce, nabýval zpět normality a za půl roku byl zase takovým, jakým vždy býval.

Rady příkladů mohl bych uvádět, neboť jsem byl stále ve spojení s těmito institucemi a není možno vypovědět, kolik dobra se tam denně vykonalo pro lidskou společnost. Rodičům jsme potom přednášeli o těchto věcech, aby řídili domácí výchovu dítěte takovým způsobem, aby jejich děti zůstávaly vždy normálními a nadprůměrnými. Zvláště bylo dbáno na to, aby první léta výchovy byla uvážena, aby se do dětské duše dostávaly takové vzory a obrázky, které by zářily na další cestu životem jako maják na rozbouřeném moři.

Taková je situace v Americe. U nás pokulháváme, ale přeci jen nejsme mezi posledními. Ve Svobodném bratrství již po osm roků se tato práce koná s velkým úspěchem. A tato práce bude letošního roku zvláště rozšířena, aby více lidem mohlo býti pomoheno.

—1.

Norbert F. Čapek:

Zdroje zdraví a síly.

Náboženství v své podstatě nemůže býti než uvědomováním si nejvyššího životního principu, principu tvůrčího a vše obnovujícího a udržujícího, ať už mu říkáme jakkoli. A prakticky to znamená povznesení sebe, své mysli a svých citů a předsevzetí, svého úsilí a své obrazivosti nad všednost a sobectví, nad smutky a

CESTY A CÍLE

strachy všeho druhu, nad zlobu a všední trudy, nad slabost a malomoc k zdroji a náplni veškeré síly a moudrosti, zdraví a radosti, naděje a nadšení, k vědomí absolutního života a klidu, nedotčeného rozením a smrtí.

Lidé od jakživa klonili se k uctívání slupky a zapomínali jádra. Jsou známy poutě k jazyku mrtvého svatého, lidé dost se nauctivali práchnivějících kostí některého nebožtíka, kterému byl dán titul církevní, a co jiných a jiných slupek, amuletů a zázračných korálků a pentlicek a ornamentů bylo vymyšleno, které kdysi lidem na nižších úrovních s pověřenými sklony sloužily k tomu, aby svoji mysl upnuli na něco vyššího, co je za vším a ve všem. Jestli však jejich mysl zůstala jen při těchto zevních znacích, byli tím ošizeni o to nejlepší, v rukou podrželi jenom zbytky starých kouzel a čar, ale síla a moc Nejvyššího zůstala jim cizí.

My se obrácíme k lidem myslícím, my předpokládáme vyšší kulturní úroveň, a proto věříme, že se můžeme obejít bez těchto kouzel a bez smetí, posvěceného staletou pověrou.

My si však v svém náboženském citění uvědomujeme nejen tu věčnou podstatu, která je v každém z nás, ale současně si uvědomujeme své úzké příbuzenství s každým člověkem, neboť co je ve mně je také v Tobě, já jsem Ty, Ty jsi já. Jsme víc než bratři a sestry, jsme větvičky na jednom stromě a vyrůstáme z jednoho kmene a z těchže kořenů. Jsme jiskry a vyzařujeme z jednoho ohně. Jsme jako vzduch, který je kolem celé země tentýž, ale jak rozdílný v hustotě, teplotě a čistotě.

Mušce je den dlouhým životem. Člověku jen s tělesným vědomím je sto let dlouhým životem. Člověku však s kosmickým vědomím je jeden lidský život, byť i sto let trval jedním vdechnutím, jedním nabráním vzduchu. Každý jinak dýchá, každý má jiný poměr k Nejvyššímu, a všichni žijí dechem Nejvyššího.

Jsme tedy všichni příbuzní, i když hodně od sebe odlišní, a naše náboženství má jen dvě věty:

Milovat Boha a milovat bližního.

Milovat Boha, kterého? Přece nemohu milovat Boha, který je vzdálený, jehož přítomnost nijak bych nezakoušel a nevychutnával! Musím začít s milováním Boha z toho konce, který je ve mně. A jak jej budu milovat? Přece ho nebudu milovat oddáváním se nemoci, slabosti, hněvu, smutkům, strachům a fňukavému pesimismu. Není jiného oddání se Bohu, než když se oddám tomu,

co nejvyššího, nejlepššího, nejkrásnějšího, nejpravdivějšího a nejvznešenějšího sám v sobě a mohutností svojí duše tuším a prožívám.

A jak budu milovat bližního? Snad ne tím, že budu nosit na prsou kalich, který je symbolem obětavé lásky, anebo tím, že několikrát do roka budu z kalicha pít — a co budu milovat na tom bližním? Snad běží o krásnou tvář, o jeho slova, o jeho příslušnost k některé církvi nebo partaji? Chci-li jej milovat v tom smyslu našeho náboženství, musím v něm nejprve uznat tu samou podstatu, stejnorodou jiskru z božích ohňů. Musím se v něm poklonit Nejvyššímu, neboť kdyby ten člověk stál na sebe nižší úrovni, každá buňka v jeho těle svědčí o přítomnosti a práci toho nejvyššího života. Moudří a učení od tisíciletí studují chrám lidského těla a dosud nepokročili přes jeho vnější stupínky.

Přátelé, největší zázrak je člověk! Kdyby člověk sám v sobě objevil vše, co je dosud zázračné, protože nepoznané, co je dosud v něm skryto a čeká na své objevení — pak by už v celém vesmíru nebylo pro něj zázraků, neboť až člověk sám v sobě sebe najde, najde Boha a vše.

Ženě Samařské řekl Ježíš: „Vy se modlíte a nevíte, čemu — Bůh je duch, a ti, kteří se k němu modlí, v duchu a pravdě musejí se modliti.“

Tak je dodnes: Lidé se modlí a neví, že se modlí k svým vlastním vidinám. Přemlouvají svého boha, co vše má pro ně vykonat.

Od vidin a obrazů vlastní fantasmie musíme se obrátit do hlubin ducha a v duchu a v pravdě najdeme klíč k samým sobě a do duchovní říše onoho ducha všech duchů a zdroje nevýslovné blaženosti.

Člověk má tělo...

Jak samozřejmé! A přec tomu není úplně tak. U většiny lidí mohlo by se spíše říci, že tělo má člověka. Nenaučili se dívat na své tělo jako na pouhého prostředníka styků s hmotným světem, jako na nástroj, jímž se člověk projevuje, nýbrž dali tělu takovou moc a suverenitu, až se sama duše nakonec stala jeho otrokem. Tak útlá dušička krčí se potom někde v koutku a hrozí se řádění svého soupevníka, s kterým si neví co počítí.

Před miliony lety, než duše vzala na sebe úplnou zodpovědnost za nástroj jí svěřený, byl tento řízen svatým zákonem rovnováhy a zdraví. Vyspíváním duše přibývalo jí též větší zodpovědnosti. Snad ale přecenila své síly a proto mnohdy podlehla

CESTY A CÍLE

v boji s nízkými sklony a žádostmi těla. Ale šťastná duše, která se včas vzpamatovala, aby načerpala nových sil a řekla si, že jen ona je „pánem v domě“.

Dnes jen ve vzácných případech vládne úplný soulad mezi duší a tělem. Spíše jsou spolu neustále „na štíru“. Jinak by nemohlo být na světě tolik nemocí. Snad není ani jednoho člověka z desíti, který by neměl se svým tělem nějakého trápení. Mnohý z trápení po celý život ani nevychází; jedna nemoc stihá druhou, někdy jsou tu hned dvě i tři najednou. Dívá se na zvířátka v boží přírodě a závidí jim; ty nikdy nestůňou. Jak je to směšné, když člověk, který poinalu by už chtěl řídit i oběh planet, ale zatím nenaučil se ani zregulovat funkci střev a oběh krve ve vlastním těle. A přece hlavní předpoklad radostného a plného života je zdravé tělo. Mnohému se zdá, jakoby zdraví bylo něco mimořádného, kdežto nemoc stavem normálním. Jakoby zdraví podmiňovalo kloví jaké vědomosti. A zatím požadavky zdraví jsou až příliš prosté: Jednoduchý způsob života, pohyb na čerstvém vzduchu, slunce, čistota, přiměřená strava.

Přes to, že doby křesťanského asketismu jsou pryč, dosud udržuje se ještě nesprávný názor na tělo. Nemáme k němu dostatek úcty. Stydíme se dosud za ně. Nevyspěli jsme ještě k tomu vědomí, že výše kulturní vyspělosti člověka měří se dle toho, jak mnoho péče věnuje svému tělu, aby bylo zdrávo. Jak velké porozumění má pro požadavky jeho jednotlivých orgánů. Vůbec jak vážně nazírá na jeho funkce.

Jak málo si uvědomujeme, jak složité je naše tělo, přes to, že není nám nic bližšího než ono. A to co doposud o něm už víme, jak je to obdivuhodné! Vždyť tělo je úžasně složitým organismem, daleko důmyslnějším než nejjemnější stroj. Člověk v něm stále bude objevovat nová a nová tajemství. Oko, srdce, zažívací orgány, nervová a žlázová soustava, což nenutí k obdivu a přemýšlení? Pod drobnohledem v samotné kůži zjevují se nám složitá ústrojí. Tak ku př. je vypočteno, že člověk má v kůži na dva miliony potných žláz a že mozek je složen ze 600,000.000 buněk. A což proměna potravy v živou krev, což to samo není už ohromným zázrakem? A představme si, jak nádherná dělba práce je v ohromném soustátí buněk celého našeho těla. Je potom ještě možno dívat se na tělo jako na něco hříšného? Budem v něm vidět jen nástroj ducha a zdroj nejčistších požitků. Oči umožňují

člověku ssát krásu ve svou duši, sluch vnímat božské tóny hudby a zvuky hlasu, čichem opájet se rajskou vůní květin. A což ruce! Nejsou nejpožehnanějším darem, který dal Bůh člověku?

**CESTY
A CÍLE**

Krásné a zdravé tělo jsou ty nejkrásnější podmínky pro krásného a zdravého ducha. V nemocném těle ani duch se na dlouho neudrží zdráv. Proto je svatou povinností člověka starati se o své tělo, aby bylo vždy zdrávo. Nikdy nebudeme chtít být „duchem, jenž nosí svou mrtvolu sebou“, jak řekl o sobě Epiktet, ale na lidské tělo budeme vždy hledět jako na svatyni ducha. Rš.

Věda a náboženství.

Před časem učinil bývalý prezident universitní unitářské koleje v Oxfordě významný projev o vztahu vědy a náboženství. Podáváme některé výňatky z přednášky tohoto bystrého myslitele, jak je otiskl „The Inquirer“, orgán anglických unitářů. Podotýkáme, že Dr. L. P. Jacks platí v Anglii za prominentní osobnost vědeckého světa.

Věda a život. Nejprve zdůraznil potřebnost vědy pro život: „Bez vědy se dnes nikdo neobejde. Přehlédnutí vědu, na příklad, v zdravotní službě Londýna, bylo by stejným zločinem, jako kdysi přestoupiti desatero. Kdyby londýnská městská rada nepočítala v tomto ohledu s vědou, spáchala by zločin ve velkém. Souvislost vědy a správného života je třeba stále zdůrazňovati.“

Nová představa Boha. Dnešní nábožensky citící člověk, podle Jackse, nemůže myslet o Bohu v starých pojmech. Nemůže zejména přehlédnouti vědu a jejích výsledků, přemýšlí-li o Bohu. „Proto“, praví Jacks, „potřebujeme rozšířiti naše pojetí Boha, aby mravně žiti v souladu s poznatky vědeckými patřilo k zbožnosti, kterou Bůh od nás očekává. Bůh vyžaduje pravou vědu jako základ správného jednání. Bůh se raduje, když publikace volnomyšlenkářského tisku jsou opravdu svobodomyšlné a hněvá, jestli takovými nejsou. Bůh nenávidí falešné teorie právě tak, jako špatné skutky. Nenávidí nesolidnost jak v myšlení, tak v jednání, ale má rád čestné důvody a práci dobře udělanou. Je nesmiřitelným odpůrcem hlouposti a nevědomosti, povrchního myšlení a špatné práce.“

Mluví-li Dr. Jacks takto o Bohu, nepředstavuje si ho ovšem lidsky. Užívá přirovnání, aby lépe vynikl rozdíl mezi starým

pojetím Boha, jak nám je vstúpila církev a tím, k němuž dospívá myslící člověk. Pro něho není také nejdůležitějším dokázat, že Bůh existuje. Praví:

„Pochybuji, jestli náboženství bude lépe ochráněno argumenty o boží existenci. Bylo by mnohem účinnější, kdybychom se cvičili v poznávání božského, kdekoli se projeví. Indický systém yogy obírá se tím, — ne dokázat existenci Boha, ale vypěstiti schopnost pronikati tajemstvími skrytého božství a dostatí se tak až k samé jeho podstatě. Znal jsem vědce,“ praví dále, „kteří byli dobrými pozorovateli všeho možného, jenom ne božského a jsou teologové, kteří se zdají býti skoro v tomtéž postavení. Takové yoginské cvičení, nebo něco tomu podobného, by jim jen prospělo.“

V dalším upozornil na důležitou úlohu, jakou má v otázce vědy a náboženství astronomie. Vzpomněl oxfordského profesora Sira Artura Eddingtona a jeho závěrů, k nimž dospěl jako astronom:

Děti hvězd. „Eddingtonovi jsme zavázáni i tím, že nesmírně rozšířil a prohloubil náš visionářský pohled na lidskou historii, na minulost lidské rasy. On rozšířil dějiny člověka až k astronomickým měřítkům, sleduje je daleko za hranice toho, co se událo na naší malé zemi v hlubinách hvězdného universu. Člověk je beze sporu dítětem země, plodem vývojového procesu, který pokračuje od doby, kdy vznikla naše země. Ale jestliže se zastavíme u vzniku země, jako to činí darwinisté a geologové, pak jsme dospěli jen k prvnímu stupínku jeho vývoje. Vždyť země sama má své předchůdce, kteří jdou daleko zpět do nepředstavitelných aeonů času, kdy jitřenky společně zpívaly. Člověk je plodem toho všeho. Jeho kořeny pronikají tyto nepochopitelné hlubiny a přesahují všechny nezměrnosti. Člověk je, jak Plato pravil, dítětem hvězd, synem nebes a to téměř v doslovném smyslu toho slova, tělesně i duševně, a nejenom na zemi, není jen práškem země, ale práškem universu.

A to není ještě všechno. V člověku je něco mnohem většího než co je podstatou jeho těla. V něm je hluboké přesvědčení o závažnosti pravdy, že je za ni zodpovědným, v něm je přesvědčení, jehož nejvýznamnějším svědectvím je sama věda. I ona má své těžiště společné s člověkem. Její kořeny jsou též v universu.“

Tak věda sama vede člověka k náboženství. Vědomí sounáležitosti člověka ke kosmu, vědomí jeho světoobčanství posvěcuje jeho život a dodává mu odvahy žít plně a krásně. —ž—.

Jednou z nejrozšířenějších chorob dnešní doby je nervosa. Každý druhý člověk zdá se býti nervosním: jak muži tak ženy, děti, mládež a dospělí, všichni jsou nějak strhováni mocnou rukou tohoto netvora moderní doby. A přes to, že je to nemoc tak rozšířená, málo kdo se ptá po jejích příčinách a málo kdo se s ní hledí opravdu vypořádati. A léky, které užíváme, více nás ještě do nervosity uvádějí. Ne že by nebyly dobré samy o sobě, ale že jich používáme, abych tak řekl, jen jako zvenčí náplast a nevíme, že se kořenů a příčiny vůbec nedotýkáme.

Většina tak zvaných nervosit má základ vnitřní. Jsou nervosity, které mají základ tělesný a mnohdy značně pomůže, pročistíme-li si důkladně zaživací ústrojí, aby v našich střevách nebyl otravný rozklad zbytků jídel. Mnohá nervosita byla i takovým způsobem nadobro odstraněna. Jiný pacient by měl zjistit, kolik vody pije. Mnohý má tak hustou krev, že se tato hýbe v jeho žilách jako syrub. Jsme z 75% voda a je nutno, aby v našem ústrojí bylo dostatek vody. Jiným velmi důležitým činitelem je slunce a vzduch. Jako rostlinka křehne, nemá-li dostatek slunce — je také asi hodně nervosní, je-li zastrčena do tmavého kouta — tak i člověk, není-li jeho tělo prosvíceno paprsky slunečními, je hned vidět na jeho tváři soumrak nervosity. A vzduch. Jak málo o něm víme a jak málo si jej vážíme. Nevíme, že k správnému a klidnému myšlení potřebujeme okysličené krve. Jedna třetina veškeré krve prochází mozkiem při zdravém a svěžím myšlení. Představme si nyní, proudí-li tam krev, kterou jsme zahustili prachem, sazemi a kouřem. Jak nesprávně usuzujeme, domníváme-li se, že zakouřením se uklidníme. Jen jsme se více přiotrávili, necítíme tolik, ale svoje tělo jsme poškodili.

Toto vše jsou jen tělesné stránky nervosity. Ale mnohem více je příčin vnitřních — duševních. Předně žijeme v době spěchu a budeme žít ještě ve větším shonu. Málo kdo se přeorientoval. Někteří jsou dosud naladěni na toninu doby, která tu byla před sto lety. Jsou však strhováni z pohodlného nazírání a jednání do proudu dnešního spěchu, vrávorají sem a tam, jejich síly je opouštějí a na konec přiznají, že jsou nervosní. Je nutno, abychom se zařídili na dobu dneška, zaujmuli pevný bod a v proudu, který nás nese, dovedli řídit loďku našeho života klidně. Žijeme všichni v době neurčitě, ale tuto neurčitost sami ještě zvětšujeme tím, že nemáme jasného cíle. Co může působiti větší rozrušenost a nervositu než pocit neurčitosti. Nevíme-li, kam jdeme, kde chceme býti zítra, za rok, čemu chceme svoji energii a svůj život zasvětit, není divu, že jsme vnitřně rozerváni, nespokojeni, život nás netěší, a všechny tyto stavy po nějakém čase vykrystalisují v podobě nějaké poruchy duševní, kterou odbudeme slovy — nervosa. Vidět účel svého života. Nemusí to býti hned doktorský diplom, presidentství státu, které bychom chtěli dosáhnouti, každý morální účel pracuje stejně. Slyšel jsem členku Svob. bratrství zpívati si píseň »Já zde své konám poslání« právě když čistila schody. Čistota domu je právě tak důležitá pro harmonický život jako psaní poučných knih. Nemůžeme všichni dělat totéž, jen když si uvědomujeme v tom co konáme, že tam svoji duši vyjadřujeme. U takového člověka není nebezpečí, že by se vyšinul z rovnováhy. On vidí svůj cíl a podle toho řídí kormidlo svojí loďky.

Jinou důležitou nutností je býti uceleným. Jak Goethe řekl: »Býti uceleným, nebo se k uceleným přidružit.« Kolik lidí v tom ohledu podobá se nádobě, která je popraskaná na mnoha místech, takže obsah vytéká na všechny strany. A jako zvuk takové nádoby je chřaptivý, tak chřaptí i život takového jednotlivce, místo aby vyzníval andělskou melodií. Záleží na nás, abychom našli, co způsobuje tyto trhliny, abychom to ze svého nitra vyhodili a zasvěcením života nějakému vznešenému cíli, trhliny zatmelili. Obvykle jsou to podvědomé strachy, většinou obavy před něčím, co se ani nestane. Jsou to nevyrovnaná zklamání, která nás pořád tíží, je to zlost na někoho, komu jsme dosud neodpustili, závist, nebo podřetí, nebo sugesce a předsudek, který z dětství na dně svého nitra chováme a jímž vodu svojí studnice otravujeme. —

CESTY A CÍLE

Uklidněme se a v hlubokém klidu zrevidujme svoje nitro. Vynesme všechno toto duševní hamparádí a bláto před vlastní oči a papsrsky našeho vědomí na úhel spálí co překáželo radostnému, klidnému životu.

Mluvil jsem s Dr. Annou Spencerovou, profesorkou z new-yorské university. Ač je této dámě již 82 roků, překvapuje jasností a bystrostí myslé. Je orientována o všem co se ve světě děje. Dosud čile přednáší a mnohý profesor s polovičním věkem musí do ústraní před jejím způsobem přednesu. Působí na každého svojí vyrovnaností a životním optimismem. Ptal jsem se jí po tajemství její svěžesti a rovnováhy. Odpověděla, že po celý život byla činnou a pracovala mezi lidmi, s lidmi a pro lidi. V tom je velká moudrost. Vynakládáme-li příliš mnoho energie jen na sebe, jsme-li sami předmětem svého obdivu a úsilí, jistě to nějak odnese. Jsme lidé a patříme k lidství. V službě druhým, tam kde dovedeme dáti kus svého vlastního srdce, kde pomáháme rozkřesávat ohníček větší lásky a porozumění, kde jsme hotovi přinášeti oběti, tam začíná život vyrovnaný a zde končí každá nervosa. Tu slyšíme hlas z nitra se ozývající — nežiji nadarmo. Já zde své konám poslání. —el.

CO NOVÉHO VE SVOBODNÉM BRATRSTVÍ?

Nové místnosti v našem domě dávají nám nové možnosti. Nemáme ovšem ještě všechno tak zařízené, jak bychom si přáli, ale sekretariát a poradna jsou už natolik vybaveny, aby dobře vyhovovaly svému poslání. Zvláště poradní sál byl originálně upraven pro speciální účely duševního léčení. V těchto dnech přišel si prohlédnout nové místnosti jeden z našich příznivců. Prohlédnuv co už tam bylo, byl tak nadšen, že při odchodu nechal nám několik zelených bankovek na zařízení, kterém tam ještě nebylo. Potřebovali bychom více takových návštěvníků. Tak čítárna a knihovna dosud čeká na svou výbavu, aby mohla být otevřena všem členům a spolupracovníkům SB.

Zatím v sekretariátě se pilně organizuje. Kruh dobrovolných pracovníků se rozšiřuje. Rozděluje se dobrovolným silám práce, která byla konána v ústředí několika jednotlivci, takže se nemohli věnovati rostoucím úkolům organizačním a rádcovským. Každému, kdo se dobrovolně přihlásil, je udělena jistá funkce, takže je nyní možno mnohem více vykonati než dosud. Je to práce radostná, protože je konaná s vědomím služby dobré věci. Nejde jen o pomocné práce v kanceláři, ale i o převzetí zodpovědnosti za celou řadu drobných prací a funkcí, kterých je potřebí při našich shromážděních, při Nedělní škole a v jednotlivých skupinách. Expedice časopisu Cesty a cíle a velká část administrativních prací je nyní přesunuta na dobrovolníky. Noví spolupracovníci jsou stále vítáni. Jde o jednu, dvě hodiny práce v týdnu, nebo v jiných pravidelných obdobích. Tato účinná pomoc dovoluje nám rozšířiti naši práci na dalších úsecích pracovního pole.

Znovuotvíráme poradnu a kliniku du-

ševní hygieny, kde napodkládě nejnovějších léčebných metod etikoterapie, psychoanalysy a sugesce bude umožněno duševně trpícím naléztí opět cestu k životu zdravému, silnému a radostnému. Jedním z důležitých jejich úkolů bude též raditi v otázkách týkajících se volby povolání, manželství a rodičovství a předcházeti tak případům ztroskotání, které bývají zaviněny nevědomostí v těchto životních otázkách. Poradna bude rozšířena o nové spolupracovníky a rádce, takže bude možno pomáhati co největšímu počtu lidí. Současně rozšiřujeme svou práci na venkově. Kromě všech stanic pravidelné činnosti Svobodného bratrství, o nichž jsme psali v minulých číslech, obnovili jsme přednášky v Kobylicích u Prahy a učinili první krok k pořádání pravidelných přednášek v Rakovnici, kde první přednáška br. Žižky byla velmi příznivě přijata.

Zvláštní pozornosti v Praze těší se rodičovský kroužek při Nedělní škole. Je výrazem živého zájmu rodičů o naši práci, kterou pro děti konáme.

Literatura.

Nakladatelství Melantrich vydalo ve sbírce Výhledů dobrou knihu. *Kapitoly z praktické psychologie* od Rudolfa Součka. Je psána přístupně a zajímavě. Dotýká se nejrůznějších oborů, jak napovídají stáť o lásce, ovládání vášní, léčení prací, výzkumu inteligence, atd. Doporučujeme. Stran 103. Cena Kč 16.— brož. a Kč 26.— váz.

Muž a žena ve Svobodném Zednářství. Vydal Václav Cimr v Praze I., schr. 225. Knížečka seznamuje čtenáře s pracovními metodami a řády zednářskými se zřetelem k postavení ženy v jejich společnostech. Stran 114. Cena Kč 20.—